

ИГРОТЕКА ДООП «Travel Club»

СОДЕРЖАНИЕ

- | | |
|-------------------------------|----|
| 1. НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ | 2 |
| 2. ПОДВИЖНЫЕ РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ | 5 |
| 3. ТРЕНИНГОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ | 11 |



НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ

| НАГЛЯДНОЕ ИЗОБРАЖЕНИЕ | КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ |
|---|---|
| «Координаты чудес: Весь мир» | |
|  The image shows the packaging and components of the board game 'Coordinates of Wonders: The Whole World'. On the left is a globe with the title 'КООРДИНАТЫ ЧУДЕС ВСЕГДА МИР' (Coordinates of Wonders: The Whole World) written on it. To the right is a colorful box with the same title and illustrations of various world landmarks. In front of the box are several cards, including one titled 'Галапагосские острова' (Galapagos Islands) and another 'Наттингем' (Nottingham). There are also two small blue circular tokens. | <p>Игра-викторина для развития географических познаний и эрудиции, формирования умений ориентироваться на картах.</p> <p>Игру можно адаптировать под разный уровень обучающихся – играть по упрощённым правилам выкладывания карт, можно убрать сложные географические объекты и играть без них, можно выкладывать города не только по координатам, а также по численности населения и т.д.</p> |
| Настольная игра «Сундучок знаний. Вокруг света» | |
|  The image shows the packaging and components of the board game 'BrainBox: Treasure Chest of Knowledge Around the World'. On the left is a blue box with the title 'Сундучок Знаний Вокруг Света' (Treasure Chest of Knowledge Around the World) and the BrainBox logo. In front of the box is a blue hourglass timer and several stacks of colorful cards. One card is visible, titled 'Ирландия' (Ireland), with various trivia questions about the country. | <p>В игре представлены визитные карточки 71 страны мира, на которых представлена различная информация: о расположении различных стран, об обычаях народов, заселяющих страны, о природных ресурсах, исторических памятниках и достопримечательностях и т.д.</p> <p>Игра способствует развитию кратковременной и долговременной памяти, образного мышления и умения сопоставлять факты.</p> |

НАГЛЯДНОЕ ИЗОБРАЖЕНИЕ

КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ

Настольная игра Тривиал Персьют (Trivial Pursuit) (



Игра-викторина, интеллектуальная игра.
Правила игры построены на принципе классической викторины: участники отвечают на вопросы и зарабатывают очки. Игра содержит карточки, которые отличаются степенью сложности вопросов, поэтому все игроки находятся в равных условиях.
Возможна модификация правил:
- усложнение: дольки выдаются в случае правильного ответа, только если фишка игрока находится в этот момент в доме категории. В противном случае игрок получает лишь право дополнительного хода;
- ограничение по времени на каждый вопрос, хотя стандартными правилами это и не предусмотрено.

Настольная игра «Сундучок знаний. Россия»



В состав набора входит 71 карточка. На каждой карточке изображена область России, отмечена ее столица, граничащие области. Также изображены основные достопримечательности, знаменитые люди, растения, животные ... Вопросы касаются всех регионов России, а темы очень разные: история, известные люди, география, культура, достопримечательности.
Игра развивает логическое мышление, ассоциативное мышление, тренирует память и концентрацию внимания, даст интересные знания об удивительной России.

НАГЛЯДНОЕ ИЗОБРАЖЕНИЕ**КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ****Настольная игра «Мемо. Достопримечательности России»**

Игра знакомит детей с достопримечательностями России, расширяет кругозор, словарный запас и тренирует память, внимательность, быстроту реакции. Набор состоит из 50-ти карточек с парным изображением различных мест России, включает буклет с описанием всех мест, изображённых на карточках. В процессе игры возможно обсуждение интересных тем, дети учатся четко формулировать мысли. Возможны варианты усложнения игры.

Настольная игра «Мемо. Природные чудеса России»

Игра знакомит детей с достопримечательностями и явлениями природы, расширяет кругозор, словарный запас и тренирует память, внимательность, быстроту реакции. Набор состоит из 50-ти карточек с парным изображением различных мест России, включает буклет с описанием всех мест, изображённых на карточках, содержит интересные факты о России. В игре представлены известные места и явления – «Озеро Байкал», «Северное сияние», и более редкие, например, «Каменный лес», «Кислотное озеро». Когда участники запомнят все достопримечательности, можно отгадывать карточки по описанию или искать парные на скорость.

ПОДВИЖНЫЕ РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ

ФИНЛЯНДИЯ

«У оленя дом большой»

Описание. Простая игра на внимание и коммуникацию. В игре может принимать участие неограниченное число людей любого возраста.

У оленя (*руки вверх к голове, как рога оленя*)

Дом большой (*руки над головой «домиком»*)

Он глядит (*правую руку над глазами*)

В своё окошко (*двумя руками сначала вертикально, потом горизонтально изображается окно*)

Заяц (*ладони к голове, как уши зайца*)

по лесу бежит (*руки сжать в кулаках, локти согнуть, изобразить бег*)

В дверь к нему стучится: (*кулаком «постучаться»*)

Стук-стук. Дверь открой (*изобразить, как открывается дверь*)

Там в лесу (*показать большим пальцем назад через плечо*)

Охотник злой!» (*сердитое лицо*)

«Заяц, заяц, забегай (*опять изобразить зайца*)

Лапу мне давай!» (*подать руку*)

ШВЕЦИЯ

Шлагбаум

Описание. Чем больше игроков участвует, тем игра интереснее. Участники выстраиваются так, чтобы в ряду было столько игроков, сколько рядов. Получается квадрат. Стоящие шеренгой игроки берутся за руки, и между шеренгами образуются улицы. По этим улицам двигаются преследуемый и преследователь. Они вбегают в одну улочку, выбегают из другой. Команды на стороне преследуемого, они стараются помочь ему. Когда он попадает в критическое положение, по знаку ведущего игроки опускают руки, поворачиваются налево и снова берутся за руки. Теперь возникают совершенно другие улочки, перпендикулярные прежним. И, разумеется, меняется ситуация. Преследователь, который чуть было не поймал преследуемого, может оказаться от него за две улочки. Если он снова почти догонит преследуемого, все снова повернутся налево, и так будет продолжаться до тех пор, пока преследователь все же не окажется проворнее играющих. Тогда выбирают нового преследователя и нового преследуемого.

ИСЛАНДИЯ

Руны

Руны – это игральные кости (кубики или иной предмет правильной угловатой формы), на которые нанесены знаки рунического письма. Древние скандинавы верили в магическую силу рун. Каждый символ обозначает какое-либо понятие и считается, что игрок получит в скором времени то, что обозначено на руне. Перед началом игры целесообразно рассказать участникам об истории рун. Суть игры заключается в выборе руны вслепую и в дальнейшем толковании символа.

ГЕРМАНИЯ

«Drei, dreizehn, dreissig» (Три, тринадцать, тридцать)

Описание. Игроки образуют круг, став на расстоянии вытянутых в стороны рук. В середину его становится водящий (назначенный или выбранный по жребию). Если он говорит: «Три!» - все игроки должны поднять руки в стороны, при слове «тринадцать!» - поднять их вверх, при слове «тридцать!» - положить на пояс.

Водящий называет быстро любое из трех перечисленных выше чисел. Игроки должны быстро выполнять соответствующие движения. Допустивший ошибку отходит на шаг назад и там

продолжает играть или меняется ролью с водящим. Выигравшими считаются оставшиеся на своем первоначальном месте или ни разу не менявшие ролью с водящим.

Правила: 1. Если игрок сделал хотя бы попытку к неправильному движению, он считается проигравшим. 2. Водящий имеет право растягивать слова, например: «Три-и-и... ». Играющим надо внимательно следить за окончанием слов.

ФРАНЦИЯ

«Петанк»

Описание. Суть игры заключается в том, что игроки, разбитые на команды, кидают металлические шары на специальной площадке. Главной задачей игры является зарабатывание большего количества очков, которые начисляются в зависимости от того, насколько металлические шары петанк упали близко к так называемым кошонетом. Это деревянный маленький шарик, выполняющий роль мишени или ориентира. Количественный состав игроков в команде может быть одиночным (тет-а-тет), 2 человека (дуплет) или 3 (триплет).

Можно изменить правила и бросать шар сидя на стуле (отсюда и произошло название петанк, *piéd tanque* – в переводе с французского «ноги вместе») или просто стоя на месте.

«Обмен в кругу»

Описание. Количество играющих: от 9ти человек, нечетное.

Учащиеся стоят в кругу; ведущий считает детей – таким образом, у каждого появляется свой номер, который нужно запомнить.

Ведущий в центре круга говорит два числа (например, «2 и 5»). Дети с такими номерами должны очень быстро поменяться местами. Ведущий старается быть еще быстрее и занять одно из освободившихся мест. Ведущий получает номер ребенка, который не успел встать на это место. Ребенок, оставшийся без места, становится ведущим.

Если играть в эту игру с детьми младшего школьного возраста, правила можно упростить, раздав детям большие бейджики-таблички с их номерами.

ВЕЛИКОБРИТАНИЯ

«Шапки и шляпы»

Описание. Участники игры кладут свои шапки или шляпы к стене в один сплошной ряд. От него проводят перпендикулярную прямую, длина которой около 5,5 м. С этого расстояния нужно попытаться забросить мяч в любую шляпу, кроме собственной. Если первый игрок не попадает, то тот, в чью шляпу не попали, забирает мяч. Теперь его очередь бросать. Если он попадает в какую-либо шляпу, то в неё кладётся один камешек. Если не попадает, камешек кладётся: в его собственную шляпу. Затем следующий игрок бросает и т. д. Тот, у кого наберётся три камешка в шляпе, выбывает из игры. Выигрывает тот, кто остался последним.

«Кого нет»

Описание. Участники игры сидят на стульях, образующих круг. Ведущий игру выходит из комнаты. В это время один из игроков прячется, а остальные меняются местами. Затем зовут ведущего. Он должен внимательно посмотреть на игроков и определить, кого нет, как можно быстрее. Это не так просто, как кажется. Если ведущий называет спрятавшегося, то последний становится ведущим и т. д. Игра повторяется, и каждый раз игроки должны меняться местами. Выигрывает тот, кто быстрее всех отгадал «кого нет».

«Сундук моей бабушки»

Описание. Все играющие садятся в кружок. Один из игроков начинает игру. Он говорит: «Я кладу в бабушкин сундук блузки». Второй игрок говорит: «Я кладу в бабушкин сундук блузки и рубашки». Третий говорит: «Я кладу в бабушкин сундук блузки, рубашки и овощи». Догадались, в чём суть игры? Каждый должен повторить названия предметов, сказанные предыдущими игроками, и добавив своё. Тот, кто забудет название предмета или перепутает порядок их высказывания, выбывает из игры. Выигрывает тот, кто сможет перечислить все названные предметы по порядку.

«Сделай наоборот»

Описание. В игре принимает участие любое количество игроков. Все садятся в ряд. Ведущий стоит в центре перед ними. Какие бы команды он ни давал, делать нуж-но наоборот. Например, он говорит: «Встать», а нужно сесть; если он говорит: «Плачьте», то нужно смеяться и т. д. Те, кто ошибаются, выбывают из игры. Вы-игрывает самый внимательный.

ИТАЛИЯ

«Мари и Пеппе»

Описание. Учащиеся встают в шеренгу, среди них выбирают ведущего (он может стоять как в начале, так в середине или конце шеренги – это неважно). Ведущий присваивает каждой ноге имя: правая – Пеппе, левая – Мари. Затем он объявляет, с которой ноги (Пеппе или Мари) все начинают идти. Ведущий командует: – Пеппе-Мари-Пеппе-Мари... Потом неожиданно сбивает с такта и вместо, например, условленной «Мари» называет «Пеппе». Тот, кто не успел сориентироваться и наступил не на ту ногу, выбывает из игры.

«Strega comanda colore» (ведьма указывает цвет)

Описание. Играют минимум пять человек. Выбирается водящий — ведьма, которая называет цвет, который должны найти игроки (собственная одежда не считается), и начинает считать. Кто ошибся или не успел, отправляется к ведьме в лапы. Оставшийся последний игрок побеждает.

«Uno, due, tre...stella» (раз, два, три...замри)

Описание. Похожа на игру «тише едешь-дальше будешь». Водящий становится спиной к игрокам и говорит: «uno, due, tre...stella!». Игроки должны вовремя остановиться и замереть. Если водящий поворачивается и видит раскачивающего игрока, тот удаляется на то место, с которого начал игру. Побеждает тот, кто первый дойдет и дотронется до водящего.

ИСПАНИЯ

«Попади в ведро»

Описание. Попробуйте народную испанскую игру «Попади в ведро!». Строго говоря, она известна не только в Испании, но и во всех странах Средиземноморья. Игра возникла еще в средние века, с тех пор ее правила неоднократно менялись.

Сегодня в нее принято играть так: игроки становятся полукругом возле стоящего на полу ведра (корзинки, коробки или любого глубокого предмета, который найдется у Вас дома) на максимально возможном расстоянии. Каждый игрок держит в руке небольшой мяч. Нет столько мячей? Скомкайте газеты, вооружитесь пивными крышечками — в общем, любым предметом, которым можно попасть в цель.

По команде игроки один за другим бросают мячи, стараясь попасть в ведро. Попавший записывает очко на свой счет, бросивший мимо — дает какой-нибудь свой предмет в «залог». После нескольких туров игроки подсчитывают очки. Игрок, набравший максимальное количество, придумывает смешные и забавные штрафы для тех, кто отдавал вещи или предметы в «залог».

«Волчок»

Популярная молодежная испанская игра «Волчок». Для этой игры необходим волчок. Его можно сделать волчок самостоятельно. Например, волчок из пробки: отрезать кружок пробки, проткнуть его спичкой или зубочисткой в середине; вырезать круг из картона и проткнуть его спичкой или зубочисткой.

Описание. Игрок запускает волчок и, когда тот раскручивается, пытается поднять его большим и указательным пальцами и поставить на раскрытую ладонь. Обязательное условие: волчок должен продолжать крутиться на ладони.

ИЗРАИЛЬ

«Чейхн»

Описание. Чейхн – это значит «камушки».

1 вариант. Игрок разбрасывает четыре камешка. Пятый надо подкинуть вверх, успеть этой же рукой поднять с пола другой камешек и поймать подброшенный. Теперь в руке два камешка. Один из них надо зажать в кулаке, а второй подкинуть вверх. Пока он летит, поднять с пола ещё один камешек, не потеряв при этом зажатый в кулаке. В руке три камешка. Два зажимаются в кулаке, третий подкидывается, а четвёртый надо поднять. Потом таким же образом надо подобрать и пятый.

2 вариант. Рассыпать камешки перед собой и, подбрасывая один камешек, поднимать каждый раз по два, не сдвигая при этом остальные с места. Точно так же поднять за один раз три камешка и потом отдельно один камешек. Следующий этап — подкинув камешек, подобрать сразу четыре камешка. И последний этап: зажав в кулаке четыре камешка, надо подкинуть в воздух пятый. Пока он летит, положить камешки из кулака на пол и поймать летящий камешек.

«Передай этрог¹»

Описание. Участники игры сидят на стульях, образуя круг. Они получают два «этрога» (использовать лимоны) и должны передавать их друг другу. Неважно, в каком направлении передаются фрукты – либо по часовой стрелке, либо против; главное условие: их надо передавать из рук в руки, а не бросать. Цель игры – не оказаться в таком положении, когда тебе передали оба этрога, и в то же время следует стремиться к тому, чтобы вручить оба этрога другому участнику. Игрок, получивший два этрога одновременно, выбывает из игры (он может либо выйти из круга, либо продолжать сидеть, положив руки на колени).

ИНДИЯ

«Канча» (kancha)

Другие названия игры включают Голли, Мрамор, Готи, а также Лахоти.

Описание. В игре используются круглые стеклянные шарики или канча – по несколько шариков каждому игроку и один шарик-цель. Игроки должны поразить выбранную цель «канча» с определенного расстояния, используя свой шар. Победитель получает все Kanchas остальных игроков.

КИТАЙ

«Игра в ласточку»

Существует и другое название «Игра в курицу».

Описание. Для игры требуется волан, который подбрасывается одной ногой. Цель игры: не уронить волан дольше всех. Со временем появилось несколько разновидностей игры: в одного, пара на пару, четыре на четыре и т.д.

Игра популярна среди населения разного возраста, так не имеет ограничений в возрасте. Китайцы всегда уделяли своему здоровью особое внимание – отличительной особенностью игры является ее подвижность. Игра была настолько популярна, что о ней сохранилось множество песен, стихов и даже картин.

ЯПОНИЯ

«Гонки кораблей»

Описание. Учащиеся делятся на команды тройками. Каждая тройка связывает левые лодыжки платком. По сигналу «корабли» двигаются до обозначенного места («флаг») и обратно, передавая эстафету следующему «военному кораблю», следующей тройке игроков, у которых уже связаны ноги.

США

«Том и Китти»

¹ цитрон, цитрусовый плод, который используется евреями во время праздника Суккот.

Описание: Все игроки стоят кружком, кроме двоих. Эти двое – мальчик с завязанными глазами, названный «Том», и девочка с условным именем «Китти» — стоят внутри круга. Суть игры в том, чтобы «Том», Поймав «Китти», назвал её настоящее имя. Для этого он постоянно спрашивает: «Китти, где ты?». Она должна всякий раз отвечать: «Я здесь», — и быстро перемещаться внутри круга. За пределы круга выходить нельзя. Если «Том» поймал «Китти» и правильно назвал ее имя, он возвращается к остальным играющим, а Китти завязывают глаза. Участники игры выбирают нового «Тома», и теперь «Китти» спрашивает: «Том, где ты?» с той же целью, Игру можно сделать ещё веселее, если в ней будут участвовать два «Тома» и две «Китти». Тогда каждый из «Томов» ловит свою «Китти».

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ИГРЫ НАРОДОВ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Татарская национальная игра “Тимербай”

Описание: Играющие, взявшись за руки, делают круг. Выбирают водящего Тимербая. Он становится в центре круга. Водящий говорит: Пять детей у Тимербая, Дружно, весело играют. В речке быстрой искупались, Нашалились, наплескались, Хорошенечко отмылись, И красиво нарядились. И ни есть, ни пить не стали, В лес под вечер прибежали Друг на друга поглядели, И все так вот сделали! С последними словами вот так водящий делает какое-нибудь движение. Все должны повторить его. Затем водящий выбирает кого-нибудь вместо себя. Правила: Движения, которые уже показывали, повторять нельзя. Показанные движения надо выполнять точно. Можно использовать в игре различные предметы (мячи, ключи, ленточки и т. д.). Обратить внимание учащихся на схожесть игры с русской народной игрой “ Как у дяди Трифона”.

Бурятская национальная игра «Шагай наадан»

Описание: Шагай - это кости, так назывались обработанные круглые кости (лодыжки) крупного рогатого скота. В игре их можно заменить похожими по форме предметами. Например, тяжелыми шаром диаметром не более 10 см. Участвовать в игре могут 2 человека и более. Для начала участники игры поровну разделяют шары - шагай, и при помощи считалки выясняют, кто первым начинает игру. Первый, собрав все шагай на ладони, трясет ими и катает их на стол. Смотрит внимательно, как они стали. Затем при помощи щелчка среднего пальца пытается попасть одним шагай в другой, лежащего в одинаковом положении с ним. При удачном попадании он забирает себе сбитый «шагай» и повторяет игру до тех пор, пока не промахнется или не заденет. Следующий игрок, находящийся по направлению солнца, собирает со стола все шагай, и повторяет все сначала. Для каждого следующего игрока остаётся всё меньше и меньше шагай. Игра продолжается до тех пор, пока все шагай не окажутся в руках у играющих. Побеждает игрок, набравший в конце игры большее количество шагай. В этой игре от игрока требуется такие качества как, собранность, внимательность, ловкость, меткость. Также «Шагай наадан» учит математическим навыкам, аккуратности, развитию мышления, острого ума, развивает моторику рук.

Национальная игра народов Кавказа «Достань папаху»

Описание: Игроки делятся на две команды. На расстоянии 10-15м находятся шапки. Играющие в обеих командах становятся парами и движутся к шапкам, выполняя разные движения. Сначала двигаются первые пары, затем вторые и т.д. Например, первые пары продвигаются вперед, прыгая на одной ноге, вторые пары продвигаются на четвереньках, третьи пары идут на пятках, четвертые- полуприседают, пятые пары продвигаются, глубоко приседая. Правила:1. Взять

шапку имеет только та пара, которая дошла первой. 2. Побеждает команда, набравшая больше шапок. 3. При повторении игры лучше поменять виды движений.

Карельская народная игра «Я есть!» («Оленпа!»)

Описание: В середине площадки становятся в 2-3 м друг против друга шеренгами две равные по численности команды. Договариваются или решают по жребию, какая команда первой будет водить — догонять убегающих. Игроки убегающей команды хлопают (все вместе) в ладоши, поворачиваются и бегут к своему краю площадки. Водящая команда гонится за ними, стараясь осалить хотя бы одного из убегающих прежде, чем все они пересекут черту на своем конце площадки. *Осаленный должен крикнуть: «Я есть!» («Оленпа!»)* После этого и он, и вся его команда поворачиваются и гонятся за игроками водящей команды, которые теперь стремятся убежать за линию на своем конце площадки. Чаще всего направление погони меняется несколько раз подряд, пока одной из команд удастся в полном составе неосаленными убежать за черту. Если это им удастся, их считают победителями. Тогда игра начинается снова и ведется до условленного заранее числа побед. Салить можно любого игрока, в том числе игрока, только что осалившего соперника, но сначала осаленный соперник должен крикнуть: «Я есть!» Забежавший за боковую линию считается осаленным.

ТРЕНИНГОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Приведены игры-разминки, игры на тренировку коммуникативных навыков, игры на сплочение группы, которые можно использовать на различных этапах занятия. В начале занятия рекомендуются использовать игры, направленные на знакомство, установление контакта, создание позитивной атмосферы. В середине занятия можно использовать самые разные игры, в зависимости от этапа групповой динамики и поставленных задач. Например, это могут быть игры, направленные на снятие усталости, напряжения, переключение внимания на другую тему, способствующие развитию коммуникативных навыков, сплочению группы, анализу групповых взаимоотношений и пр. В конце тренинга наиболее оптимальными являются упражнения, направленные на рефлекссию, подведение итогов; при этом акцент рекомендуется ставить на позитивных итогах.

В программе «Travel Club» тренинговые упражнения введены в контекст темы. Например, на занятии по теме «Морское путешествие на Драккаре в страну викингов» упражнение на взаимодействие с веревкой (с закрытыми глазами строим треугольник, круг, прямоугольник и т.д.) представлено как групповая игра «Строим Драккар»; игровая разминка «Пожелание» трансформирована в «Пожелание успешного пути»; тренинговое упражнение «Паровозик» – «Путешествие на Драккаре в темноте». На занятии «Германия – сердце Европы» использовался арт-терапевтический приём – учащимся предлагалось выполнить рисунки-ассоциации на музыку известных немецких композиторов и т.д.

«Визитка»

Цель: знакомство и создание доверительной атмосферы.

Каждый участник оформляет свою визитку с воображаемым именем.

«Давайте познакомимся»

Цель: быстрое знакомство участников, завязывание общения между ними. Участники передают друг другу мяч, называя имя того, к кому он попадает.

«Самый-самый мой плакат»

Цель: знакомство и создание доверительной атмосферы.

Участники должны изобразить на плакате свое любимое занятие, желание, любимое место, друзей, семью или себя в хорошем расположении духа. Готовые плакаты можно прикрепить себе на грудь и подходить знакомиться с другими.

«Приветствие»

Цель: приветствие друг друга, создание позитивной атмосферы в группе.

Играющие делятся на три группы: европейцы, японцы, африканцы. Участники приветствуют друг друга: европейцы пожимают руку, японцы кланяются, африканцы трутся ногами.

«Снежный ком»

Цель: облегчить запоминание имен участников, разрядить обстановку.

Ведущий называет свое имя, сидящий справа от него, называет сначала имя ведущего, затем свое. Его сосед справа повторяет имя ведущего, имя соседа слева, затем называет свое имя. И так далее по кругу: список повторяемых имен увеличивается с каждым новым участником. Заканчивается игра, когда ведущий, который начинал круг, назовет имена всех.

«Умею ли я оказывать внимание другим»

Цель: тренировка коммуникативных навыков участников.

Участники образуют 2 круга: один из внутреннего круга оказывает положительный знак внимания стоящему напротив, говоря о его личных качествах, умениях, внешности, манере поведения. «Внешний» отвечает: «Да, спасибо, я тоже думаю, что я... Но кроме того, я еще умею хорошо...» Далее они меняются ролями.

«В чем мне повезло»

Цель: повышение уровня жизненного оптимизма, создание хорошего настроения на работу.

Участники разбиваются на пары и рассказывают друг другу о том, с чем, по их мнению, им в жизни повезло. Далее участники делятся впечатлениями.

«Мы похожи?»

Цель: дать понять, что люди во многом похожи, но и многим различны, и каждый имеет право быть собой.

Участники обращаются друг к другу, используя две фразы: «Ты похож на меня тем, что.» и «Я отличаюсь от тебя тем, что...»

«Проективный рисунок «Наша группа»

Цель: установка на взаимопонимание.

На общем ватмане, но каждый своим фломастером участники рисуют свою группу. Далее происходит обсуждение нарисованного: «Какое настроение у (имя); «Как вы поняли, что за человек (имя); «За что вы рады знакомству с (имя); «За что благодарны (имя)».

«Молекулы»

Цель: двигательная разрядка.

Ведущий должен знать общее количество людей. Он дает команды: «Объединитесь по 10, по 7, ...» с уменьшением, но не обязательно по порядку. Те, кто не объединился, выходят из игры. Остаются два последних.

«Броуновское движение»

Цель: двигательная разрядка, сплочение группы.

Участники ходят по комнате с закрытыми глазами, стараясь не столкнуться. Далее все ходят с закрытыми глазами, издавая звуки, например, жужжание. Ведущий интересуется: «Как ходить легче?»

«Пустое место»

Цель: двигательная разрядка, тренировка навыков невербальной коммуникации, сплочение.

Все участники разбиваются по парам: один сидит, другой стоит за стулом. Один стул пустой. Тот, кто стоит за пустым стулом, взглядом приглашает к себе любого сидящего. Задача сидящего – пересечь на пустой стул, задача того, кто стоит у него за спиной – удержать его.

«Интервью»

Цель: углубленное знакомство участников друг с другом.

Участники пишут на листке вопросы, которые хотели бы задать друг другу. Листочки перемешиваются, после чего каждый вытягивает вопрос и отвечает на него. В конце каждый может спросить конкретного человека о том, что его интересует.

«Ищу друга»

Цель: работа по осознанию возможных коммуникативных барьеров.

Каждый участник пишет на листе объявление с краткой информацией о желаемом друге и о себе без имени и фамилии. Один из игроков все перемешивает и пускает по кругу. Если участнику нравится объявление, то на нем ставится «звездочка». В итоге объявления раздаются обратно участникам, каждый считает количество «звездочек», выбирается один с наибольшим количеством, анализируется причина.

«Имена-качества»

Цель: знакомство, создание доброжелательной атмосферы, работа по осознанию себя как личности.

Каждый придумывает какое-либо качество личности, свойство характера и т. д., начинающееся на ту же букву, что и его/ее имя (например, Лариса – любовь, Сергей – скромность), которое он мог бы привнести в эту группу сегодня.

Подходит для начала третьего-четвертого занятия, когда участники уже чувствуют себя достаточно безопасно.

«Хлопки»

Цель: снятие напряжения, концентрация внимания. Участники стоят в кругу и передают друг другу «хлопки». Каждый может изменить направление движения хлопков.

«Времена года»

Цель: разрядка, знакомство, сплочение группы.

Участники молча разбиваются на группы по временам года, соответствующим дате рождения. Затем каждая группа с помощью пантомимы изображает свое время года, задача остальных – угадать представленный ими сезон.

«Построиться по...»

Цель: разрядка, сплочение группы.

Осознание относительности любой системы оценки. Участники строятся в шеренгу по любому признаку (рост, вес, цвет волос, величина ладони, веселость, активность и т. д.) Важен комментарий ведущего по поводу разных систем оценки. Это может помочь осознать подростку первый он или последний – зависит не от него, а от выбранного критерия.

«Поиск общего»

Цель: знакомство, привлечения внимания к личности другого и осознание проявлений своей личности.

Группа делится на пары. Пары находят определенное количество общих признаков, затем «двойки» объединяются в «четверки» с той же целью и т. д. Ведущий по своему усмотрению может остановить процесс на «четверках», «восьмерках» и т. д.

«Зеркало»

Цель: межличностное взаимодействие, опыт ведения и ведомости, обратная связь.

В паре один человек повторяет движения другого. Вариант – вся группа повторяет движения одного.

«Рисунок с поводырем»

Цель: снятие возбуждения, межличностный контакт, опыт ответственности, доверия партнеру.

Группа разбивается на пары, одному из пары завязывают глаза, «Поводырь» подводит партнера к рисунку на стене и, используя только вербальные инструкции, помогает ему дорисовать недостающие элементы рисунка. Рисунки надо подготовить заранее. Во время игры обращать внимание на то, что происходит со «слепыми».

«Два паровозика»

Цель: сплочение, опыт ответственности и беспомощности, доверия к другим участникам.

Участники разбиваются на команды по 5-6 человек и встают «паровозиком». Голова паровозика «зрячая», все остальные – «слепые». Паровозики двигаются, не задевая друг друга. Когда ведущий дотрагивается до последнего вагона, он переходит на место паровоза. Необходимо просторное, безопасное помещение, ведущий должен следить за безопасностью.

«Бабочка-ледышка»

Цель: развитие воображения, внимание к тактильным ощущениям.

По кругу из рук в руки передается мячик, который, в зависимости от инструкции, то ледышка, то горячая картошка, то бабочка.

«Ассоциации»

Цель: развитие ассоциативного мышления, знакомство.

Мяч перекидывается в кругу (произвольно), и каждый, у кого в руках мяч, называет слово. Тот, кому мяч перекинули, называет слово-ассоциацию к сказанному предыдущим участником. Может быть задана тема для ассоциаций – чувства, части тела, проблемы, приятные вещи. Игра может быть хорошим переходом от одной темы к другой.

«Скульптор»

Цель: развитие умения владения собственным телом, фантазии.

Один из участников изображает из себя скульптуру и говорит ее название ведущему. Все участники по очереди входят в комнату, называют увиденную скульптуру и достраивают ее с помощью своего тела. Но тем, кто ждет своей очереди, может быть скучно.

«Слепец и поводырь»

Цель: формирование доверия, опыт ответственности и беспомощности,

«Поводырь» ведет другого участника с закрытыми глазами на другой конец комнаты, преодолевая препятствия с помощью устных рекомендаций. Остальные наблюдают. Участники могут по-разному относиться к разным членам группы. Можно узнать заранее, кто с кем хочет идти, но может оказаться, что есть человек, которому никто не доверяет. В то же время, кому-то было бы полезно узнать, что ему доверяют.

«Мои особенности и преимущества»

Цель: формирование позитивной самооценки, внимание к собственной личности и к особенностям других.

Рисунок на чистом листе на данную тему или рисунок или надписи на бланках (например, на листе нарисованы пустые шарики, звездочки и т. д., которые надо заполнить информацией о себе на заданную тему). По желанию можно показать рисунок группе и рассказать о нем. Рисунки желательно оставить участникам и предложить им обращаться к ним в дальнейшем, что-то дополнять.

«Слепой паровозик»

Цель: разрядка, сплочение, опыт ответственности и доверия или недоверия партнеру.

Участники сцепляются в маленькие паровозики по два или три человека. Тот, кто впереди, закрывает глаза и действует соответственно движениям последнего. Тот, кто в середине – нейтрален. Игра происходит молча. Интересно, когда одновременно двигается не меньше 5 паровозиков. Активно включен телесный компонент, а это может вызвать у подростков различные эмоции. На материале этой игры можно говорить о телесных проявлениях доверия и недоверия.

«Ритм»

Цель: сплочение и ощущение общности группы, снятие возбуждения, разрядка.

Участники по очереди задают ритм хлопками так, чтобы он вписывался в уже звучащий. Затрагивает глубинные слои психики, может вызвать самые неожиданные чувства.

«Горячий стул»

Цель: узнать мнение окружающих о себе, провоцирует возникновение сильных переживаний, развитие группового процесса.

Один из участников по желанию садится в центр круга, остальные говорят ему, с чем или кем он ассоциируется, какие чувства вызывает. Затем обсуждаются переживания участников во время упражнения. При работе с подростками возможно говорить о своих переживаниях и не оценивать друг друга.

«Карта моей души»

Цель: формирование «Я-концепции», возможность побыть самим собой, формирование более глубокого отношения друг к другу.

Рисунок на чистом листе либо на бланке с контурами территорий. По желанию можно показать рисунок группе и рассказать, что и где нарисовано. Если вам захочется делиться рисунками, процесс может затянуться и стать скучным для участников. Участникам лучше взять рисунки себе и возвращаться к ним в дальнейшем (повесить над столом, например).

«Надписи на спине»

Цель: опыт получения позитивной обратной связи и доверительного отношения к группе.

Участникам прикрепляется на спины листочки, и все хаотично ходят по комнате и пишут на спинах то, что им нравится в этом человеке. Задачу можно усложнить – например, писать то, что бы хотелось изменить в этом человеке. Возможно при достаточном уровне безопасности в группе.

«Пожелания»

Цель: подкрепление положительных эмоций.

Передайте мяч тому, кому хочется, со словами: «Я желаю тебе...». Упражнение может использоваться для завершения занятия.

«Я хочу тебе подарить»

Цель: умение делать приятное окружающим.

Преподнесите воображаемый подарок любому из присутствующих, изобразив его с помощью жестов. Упражнение может использоваться для завершения занятия.

«Мне сегодня»

Цель: подвести итог занятия.

Каждый высказывается, начиная со слов: «Мне сегодня понравилось, что...». Упражнение может использоваться для завершения занятия.

«Картина на память»

Цель: формирование установки на партнерство.

На общем ватмане каждый своим фломастером изображает или пишет что-то на общей картине «на память». Упражнение может использоваться для завершения занятия.